

# سلفة جنى القطن تصرف للفلاحين هذا الأسبوع

## شراعه

### بجميع العاملين في شركات القطن العام

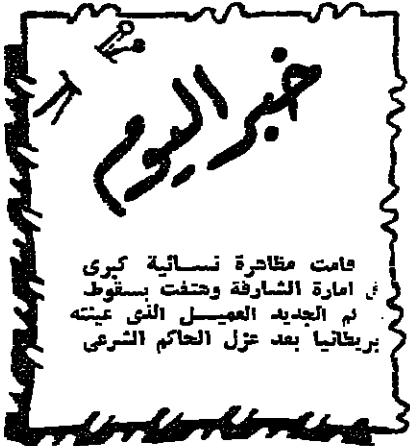
العدد ١٠٧٩ ( السنة الواحدة والعشرون ) ١١ ربيع الاول ١٣٨٥ - ١٠ يوليه ١٩٦٥

### بريطانيا تنزل أجرة من مكّام الإمارات العربية



الاب والابنة طردتهما بريطانيا !!

حاصرت قوات الاستعمار البريطاني في امانة الشارقة قصر الحاكم بالملاح والدبابات واحتلته بالقوة - واضطرت زوجة الحاكم وابنته الى مغادرة الامارة الى القاهرة - ويرى الحاكم المنزول الشيخ صقر بن سلطان وهو يرحب بابنته الصغرى عند وصولها



#### غمبر اليوم

قامت مظاهرة نسائية كبرى في امانة الشارقة وحفلت بسقوط ثم الجديد الميسل التي عنته بريطانيا بعد عزل الحاكم الشرقي



رئيس مجلس الادارة: خالد محي الدين  
رئيس التحرير: مصطفى امين  
اسمها مصطفى امين وعلى امين مصطفى

1979 AKHBAR EL-YOM  
10 JULY 1965

#### حكمه اليوم

« ان مسئولية الجمهورية العربية المتحدة في صنع التقدم في دعمه وحمايته ، تمتثل في العربية كلها »  
« الميثاق الوطني »

### مع العلاقات التي صرفت تحت التسوية حسب وفقا للاتحة الجديدة للشركات

تم وضع قواعد حساب العلاوات التي صرفت تحت التسوية منذ اول يناير ١٩٦٤ للعاملين بشركات القطاع العام .

جميع العلاوات التي صرفت تحت التسوية تحسب وفقا للاتحة الجديدة للشركات الصادرة في ٢٩ ديسمبر ١٩٦٢ . الاذات كانت الشركة قد صرفت علاوات اكبر فيستمر صرف الزيادة للعاملين بصفة شخصية . تقرر اعداد مشروع قرار جمهوري بذلك

سفير اثيوبيا بالقاهرة يقول:

#### بن بيللا لا يقدم للمحاكمة

مرح مالى عندهم سفير اثيوبيا في القاهرة للحكومة الدبلوماسية لاثيوبيا . ان لديه اثباتا مؤكدة على عدم اذات الى تقديم بن بيللا الى المحاكمة خلافا لما هو متوقع . كان السفير قد عاد من الجزائر في الاسبوع الماضي بعد ان مثل بلاده في مؤتمر وزراء الخارجية للبحر في جنيف . وقال السفير ان الاميراطور هيلاسي بنى حضور المؤتمر الاسبوع الاخيرى القادم بالجزائر

#### اجراءات هامة

ضد الشركات والمؤسسات المتاخرة في اجراء التسويات علمت اخبار اليوم ان مستند اجراءات هامة بالنسبة للمؤسسات تحت عمليات تسوية الشركات والمؤسسات العامة ، يعزى الى اعداد تقرير باسماء الشركات والمؤسسات لهذا الغرض .

#### السياسة الزراعية

بالجزائر تتبع النظم الاشتراكية أعلن على محاسن وزير الزراعة بالجزائر ان مزارع الملا ان يستفيد من الاملاح الزراعي ولكن لابد من مراعاة النظم الاشتراكية في الزراعة . وقال ان الحكومة ستقيم الجيومات المأهولة على ان تكون ضرورية هذه الجيومات انديا ( الجزائر - ب.ب. )

#### بار تصدير القطن

جاءها للفران في الخارج لت مؤسسة القطن بربيات الى جميع الوكلاء والفران الى الشرايط بالسياسة الجديدة .

#### ألمانيا الغربية وإسرائيل تتكلمان موعدا تبادل لفسر

فوق امس لظاهرة العاردة لهما في بون وتل أبيب

طلبت حكومة ايرهارد من اسرائيل حماية رودلف بون اول سفير لها لدى اسرائيل عند وصوله الى تل أبيب لتولى مهام منصبه .

#### مجلس السلام العالي

يبدأ اليوم بهلسنكي تجرى اليوم في هلسنكي اجتماعات مجلس السلام العالي . يناقش المجلس المناقش التي تهدد السلام العالي وخاصة قضايا فيتنام واليونان والكونغو والبرازيل والشرق الاوسط . ويمنع جدول أعمال المجلس قضايا نزاع السلاسل وحل قضايا التسليح وتأمين نظام الامم المتحدة . وعلى جرم ملته للسلام العالي . وتشعر الجمهورية العربية المتحدة في هذه الاجتماعات . ويرأس حالة محي الدين الوكيل العربي في مجلس السلام العالي ( هلسنكي - د )

#### حركة تنقلات

في الشرق الاوسط أعلن الرئيس الأمريكي جونسون موافقه على اجراء حركة تنقلات بين سفراء بلاده في سوريا والسعودية وليبيا . وقد عين جونسون غروسميت وهو زعيم في أمريكا في سوريا كما وضع وليد فوري سفيراً في السعودية وديفيد بون في ليبيا ( واشنطن - وكالات الأنباء )

#### سفيرنا في لندن

يجمع بالسؤولين في وزارة الخارجية البريطانية بين حازم اسمايل السفير العربي وجرج موسون وزير الدولة البريطاني للشؤون الخارجية لتعيين العلاقات بين بريطانيا والجمهورية العربية المتحدة . وقد وافقت الحكومة البريطانية في لندن زيارة أعضاء الوفد البرلاني العربي الاخيرة لبريطانيا بانها كانت ناجحة

### زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة بريطانيا تنزل ع من مكّام الإمارات العربية

وصلت زوجة حاكم امانة الشارقة الى القاهرة امس . روت قصة اعتداء السلطات البريطانية على القصر الذي كانت تقيم فيه بعد مؤامرة طرودوها . استولى الانجليز على القصر بالقوة وحاولوا طرد أسرة الحاكم منه .

اخلت بريطانيا لهدم تنفيذ مؤامرتها في الخليج العربي بعزل حكام الامارات العربية الذين رفضوا المخطط السعودي البريطاني واسروا على التعاون مع الجماعة العربية .

قالت صحيفة « الانوار » اللبنانية ان بريطانيا عزلت حكام ٤ اماراتهم راشد بن حمد العربي حاكم الجزيرة وراشد بن حمد الشامي حاكم حيدان واحمد بن راشد حاكم أم القيوين وجميع بن محمد القاسم حاكم رأس الخيمة .

وأبلغ بريطانيا انهم سيعلن عن اعدائهم بالقرعة - بدأ في توزيع رجاله على حدود الامارة - وامر بفتح الحدود لبريطانيين من دخولها . تشتد بريطانيا الآن على العربي .

قالت وكالة يونايتد برس ان هناك اتباء في مؤسسة من الجزائر يقولون ان عددا من ضباط الجيش سيخونون الوزارة الجزائرية الجديدة ولتهم . سيكونون أقل عددا من العسكريين في مجلس الشورى . ( ب.ب. )

### ثورة صهيونية في مجلس الشيوخ الامريكي

على ارسال القمع لمر تعالت صيحات القمع والاحتجاج في مجلس الشيوخ الامريكي على استمرار تقديم المساعدات الامريكية للجمهورية العربية المتحدة . فمن أعضاء الجلي الصهيونيون والاولون هم حملة غيفة ضد اورات الرئيس جونسون ويشتاق اورات شخصيات الفهم الثقيلة الى مصر والرقم من تشاير الرئيس جمال عبد الناصر المعادي لاسرائيل . ( البقية ص ٢ )

### حرق معابد اليهود في بريطانيا

اشتعل النيران في معبد اليهود بشمال لندن امس - هذا هو آخر حادث في سلسلة حوادث اشعال الحرائق في المايد والماليات لاسرائيل . ( بون - ا.ش. )

### حملة ضخمة للبحث عن السجن الهارب في بريطانيا

يقوم بولس سكوتلاند بدار باحثه حملة في تاريخ بريطانيا لبحث عن « لفس الظاهر » الذي كان للفس دوله بريمن قد حرب امير من سجنه - فرص انجليس حارسه في علة المختبرات والملاي لفس من معادلات البلاد - سبب حادث حرب السجن ارجابا شديدا حكومة ويلسون . ( التفاصيل ص ٢ )

بالقاهرة ١٠ يوليه ١٩٦٥

### مساء مطاوعة في كل

السعر ٦٥ ( ١٨ ل. ) في الساعة

### فخر الصناعة العربية

- للمصانع . • للفنادق
- للمؤسسات . • للمؤسسات
- للمؤسسات . • للمؤسسات
- للمؤسسات . • للمؤسسات

### الحجج

المصانع : سابقه كوكا كولا ١٩٨٤  
مكتب البعثات : ١٤ شارع عبد الناصر ١٩٨٤

### التسليم بأولوية الحجج

شركة النصر للمهندسة والتبريد

سابقه ماسك ١٠ يوليه ١٩٦٥

بالحقبة ١٠ يوليه ١٩٦٥

### هكذا امتعنا الحاصل

# من الحرة

كان عندما موسم اسمه موسم الحرة على نشر الصحف لأخبار الجرائم ، يظهر ويختفي ، مثل موسم البطيخ وموسم البصل الأحمر !

وكثيرا ما حضرت اجتماعات مع وزراء الداخلية ومندوبي الأمن العام وسامعهم يطيلون الى الصحف الامتصاص عن نشر انباء الجرائم ، ومن الطرف عتب وقوع جريمة كبرى وفشل البوليس في العثور على الجناة !

وانكر مرة انني طلبت من وزير الداخلية في أحد المندوب السابقة احصاء عن : هل زادت نسبة الجرائم عقب نشر انباء الجرائم أم قلت هذه النسبة ؟ واعتذر وزير الداخلية بوجهها بأنه لم يكن في الوزارة في ذلك الوقت قسم للاحصاء . ثم استدعاني الوزير بعد ذلك وانظمني على تقرير من مدير اسبوت يقول فيه : ان الجرائم انخفضت في مدينته بسبب نشر انباء الجرائم في الصحف ! فطلبت الي الوزير أن يطلب من المدير احصاء عن نسبة الجرائم في كل المدينتين في جرائم القتل عنده لم يقرأوا في وقت نشره جونسون لهجوم الصحافة الأمريكية .

واعتذر وزير الداخلية في وقت نشره جونسون لهجوم الصحافة الأمريكية .

وكانت الملكة السعودية تمنح نشر انباء الجرائم في الصحف . وكانت تضمن أن عدم نشر الجرائم لن يضر أن أنه لم تقع جرائم إطلاقا . بينما الواقع ان نسبة الجرائم في السعودية تزايدت نسبتها في أي بلد آخر فنشر صحيفة الجرائم بلهايات !

وكان الاتحاد السوفيتي يمنع نشر الجرائم وصور الجرائم في الصحف . وكانت الصحف الشيوعية في أنحاء العالم تفعل ذلك أيضا . ولكن في السنوات الأخيرة أصبحت تربي انباء الجرائم في الصفحة الأولى من الصحف الشيوعية كجريدة الامونيتيه الفرنسية .

وفي هذا الاسبوع صدرت جريدة برافدا لسان حال الحزب الشيوعي ، ونشرت لأول مرة في حياتها صور ثلاثة مجرمين مطلوبين القتل لانتقامهم من أكبر جريمة نصب واحتيال تقع في روسيا منذ سنوات عديدة . وخصصت جريدة برافدا أكثر من نصف مساحة صفحاتها الأخيرة لقصص الجرائم التي ادعى بها رجلا آخران ، والرجال الخمسة منهمون بجني أرباح ضخمة لبيعهم منتجات غزل صوفية على نطاق واسع بالسوق السوداء . وتابعت جريدة برافدا القراء ان يلاحظوا السلطات باي تفاصيل عن المجرمين الثلاثة الهاربين ، وجرحت اي شخص يؤمنهم بالعقاب الشديد .

وبلانسك ان قراء برافدا سوف يساعدون البوليس ، وسوف يقتضون للمساعدة . وسوف يقتضون على الهاربين الثلاثة . فان نشر الجريمة في الجريدة لن يخدم الجريمة ، وانما سيخدم العدالة .

فالجريدة هي صورة للمجتمع وكل ما فيه من خير وشر ، وانما قراء جريدة وليس فيها انباء وفحات أو زخات أو مواليد ، ليس معنى هذا أن لا يتزوج قسبة الناس ولا يلدون ولا يموتون . . . انما معناه انك في بلد ليس فيه مصالحة .

وامتاع الصحف عن نشر الجرائم لن يقضي عليها بديل ان الجرائم كانت موجودة قبل انشاء الصحف . . . ولا يمكن ان يقال ان البوليس خرج من الجنة لأنه قرا تعرضا على العصيان في احدى صف تلك الامام !

مصطفى أمين

## البوليس البريطاني يقوم بعمله ضخمة للبحث عن « لص القطار » الهارب



## الفيضانات تشرد ١٠٠ ألف شخص في باكستان الشرقية . .

## جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف

# رهنة وزهول في أمريكا بعد استقلالها ما كرسول تايلور

## فيتنام الشمالية تؤكد استقلالها السفير مغالها فشل سياستها أمريكا

أثارت استقلال فيتنام الشمالية ما كرسول تايلور ذهول في أمريكا . أكدت فيتنام الشمالية ان استقلالها سيغير الولايات المتحدة من حيثها فشلا سياسة أمريكا في فيتنام . أثارت استقلال تايلور تعليقات واسعة في الولايات المتحدة والعالم .

قال تايلور في بيان له ان استقلال ما كرسول تايلور في فيتنام الشمالية سيغير الولايات المتحدة من حيثها فشلا سياسة أمريكا في فيتنام . أثارت استقلال تايلور تعليقات واسعة في الولايات المتحدة والعالم .

## جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف

اختار الرئيس جونسون صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

## اصابة لانا تيرنر بجنسية في شهر السل

اصابت لانا تيرنر بجنسية في شهر السل . كانت تيرنر في شهر السل عندما تم اكتشافها .

## ماترني « ( ) » تلفت صورا للمرجح

تلفت ماترني « ( ) » صورا للمرجح . كانت ماترني في الصورة عندما تم اكتشافها .

## مصرع ٧ بريطاني في الجنوب المحتل

قتل ٧ بريطاني في الجنوب المحتل . كانت القوات البريطانية في الجنوب المحتل عندما تم اكتشافها .

## قتلت كل اسرتها بعد ان قتل زوجها

قتلت كل اسرتها بعد ان قتل زوجها . كانت المرأة في الجنوب المحتل عندما تم اكتشافها .

## الفيضانات تشرد ١٠٠ ألف شخص في باكستان

الفيضانات تشرد ١٠٠ ألف شخص في باكستان . كانت الفيضانات في باكستان عندما تم اكتشافها .



تغير في تصميم تمثال الحرية !

## انقسام خطير حول موقف فرنسا بين دول السوق الأوروبية المشتركة

حدث انقسام خطير بين دول السوق الأوروبية المشتركة . كانت فرنسا في موقف صعب عندما تم اكتشافها .

## تنفيذ اتفاقية وقف إطلاق النار بين الهند وباكستان

تنفيذ اتفاقية وقف إطلاق النار بين الهند وباكستان . كانت الاتفاقية في الهند وباكستان عندما تم اكتشافها .

## وقع حدوث اضطرابات عنصرية جديدة في أمريكا

وقع حدوث اضطرابات عنصرية جديدة في أمريكا . كانت الاضطرابات في أمريكا عندما تم اكتشافها .

## يعلق شعر زوجته لانها صفته

يعلق شعر زوجته لانها صفته . كانت المرأة في أمريكا عندما تم اكتشافها .

## ثورة صهيونية في مجلس الشيوخ « ( ) »

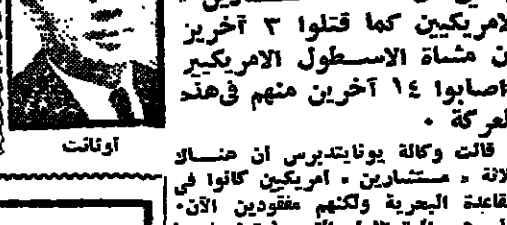
ثورة صهيونية في مجلس الشيوخ « ( ) » . كانت الثورة في مجلس الشيوخ عندما تم اكتشافها .

## زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة « ( ) »

زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة « ( ) » . كانت الزوجة في القاهرة عندما تم اكتشافها .

## انتصارات هدية للشوار في فيتنام الجنوبية

انتصارات هدية للشوار في فيتنام الجنوبية . كانت الانتصارات في فيتنام الجنوبية عندما تم اكتشافها .



أونان

## اوتانت يعرض مقترحات جديدة لحل مشكلة فيتنام

اوتانت يعرض مقترحات جديدة لحل مشكلة فيتنام . كانت المقترحات في فيتنام عندما تم اكتشافها .

## كينيدي ينتقد سياسة توسيع الحرب في فيتنام

كينيدي ينتقد سياسة توسيع الحرب في فيتنام . كانت السياسة في فيتنام عندما تم اكتشافها .

## احد السائقين في اليابان

احد السائقين في اليابان . كانت السائقين في اليابان عندما تم اكتشافها .

## زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة « ( ) »

زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة « ( ) » . كانت الزوجة في القاهرة عندما تم اكتشافها .

## زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة « ( ) »

زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة « ( ) » . كانت الزوجة في القاهرة عندما تم اكتشافها .

## زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة « ( ) »

زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة « ( ) » . كانت الزوجة في القاهرة عندما تم اكتشافها .

## زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة « ( ) »

زوجة حاكم الشارقة وصلت الى القاهرة « ( ) » . كانت الزوجة في القاهرة عندما تم اكتشافها .



جونسون

## جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

## جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

## جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

## جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

## جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

## جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

## جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

## جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .

جونسون يختار صحفيا للرد على حملات الصحف . تم اختيار جيمس هاريسون ، وهو صحفي في صحيفة واشنطن بوست ، لرد على حملات الصحف في فيتنام الشمالية .







حول الاسباب التي تؤدي الى زيادة الوزن وعلاج هذه المشكلة التي  
تسبب في تقصير العمر والاصابة بالامراض .. وتوصل الاستاذ  
الامريكي الى نتائج هامة وآراء هامة .. ان النظرية التي خرج بها تقول :

حتى لا تتحول الى شجرة جيمز نقدم لك هذا التحقيق .. ان هذه  
الآراء يقدمها استاذ علم التغذية في جامعة هارفارد .. لقد امضى  
سنتين طويلة مع مجموعة من الباحثين يعيرون دراسات وتجارب هامة

# كل قليل .. واعس كبير .. عسر طويلا

السمنة ليست وراثية .. والرهيم ثقيلة لا تفيد  
كيف تنقلب على المشعور بالجوع ؟  
وميات خفيفة في اليوم .. أفضل



عندما يصرخ الطفل تعبه انه الزاوة بعرة لاشعورية ...  
وهي لا تدري انها بهذا العمل تملأ الطفل عادة سبعة سنه ...  
فكنا يصح هذا الطفل رجلا فانه يستعصى الزاوة بالتهام  
كميات من الطعام اكثر من الحد اللازم للحفاظ على صحته ...  
وهكذا تشا مشكلة الزيادة في الوزن .. وتشا معها مشكلة الامراض التي  
يحببها أصحاب الوزن الثقيل وخاصة مرض القلب .. ويحاول العلم الآن ان  
يبحث السمنة امراض السمنة التي تضر باقتصاديات الدول سواء كانت  
دولا غنية او فقيرة ..

وقدم الدكتور فريد ست استاذ  
علم التغذية بجامعة هارفارد تقريرا  
جديدا في التغذية يقول : كل قليل  
.. وامش كثيرا .. عسر طويلا

هذا الرجل يأكل ما ياله ٢٠ رجلا

البسطة لا ترسب دعنا جديدا تحت  
الجلد .. كما ان الرابضة التي  
ولديه مادت غذائية في الاكل .. وبهذا  
لا يأكل لكي يتبقى ولكن لكي يربح  
ويبقى الامتصاص يستحسن الطعام  
وسيلة لاستهلاك الطفل اذا بقي او  
تألم .. ويجرد ان يصرخ الطفل  
تسارع الام الى تقديم الزاوة اليه  
او اي شيء يأكله لكي يكتف  
وعدا أيضا يملأ هذا الطفل عندما  
يكبر يأكل اي شيء متعاشي بالتلق  
الأمون الموجودة من قبل لاستخدامها  
لواجبة احتياجات الخاصة الجديدة ..

وما الذي يحدث عندما يتقدم  
شخص بدين للعلاج وتتعدد طريقة  
التغذية ؟

منذ البداية نحاول ان نتجس  
سبب كل يوم من من ايام الاسبوع  
ولكن الجسم الى واحد قبل تناول  
طعام الاطباء وان يكتب وزنه الجديد  
في ورقة باللون الاحمر ويضعها امامه  
في الحمام بحيث يراها كل يوم ..  
واعتقد ان هذه الطريقة تتجس الناس  
ان يأكل واحدة كل يوم ويمنع

ان كلمة البنية  
او السمنة تسمى  
غلطي .. ولكن ان  
تسمى في معنا  
المرض يجب ان  
تلقى اول على معنى  
محدد لكلمة  
« السمنة البنية »  
ان غير التغذية  
يميلون ان يأتوا  
بجانب شركات التأمين  
في هذا الميدان  
وهناك مايس بين  
رجال التأمين  
على السمنة  
« الوزن المناسب »  
وقد انت انت ابحاث هذه الشركات  
بما لا يدع مجال للشك ان الاشخاص  
الذين في السمنة يمتعون في سن  
اكثر من غيرهم .. وان « الوزن  
المناسب » ليس هو الوزن الذي  
يحصل ان يخلصه من خطر الموت  
ممكن ..

وتؤكد جميع الابحاث ان « الوزن  
المناسب » ليس هو وزنه عندما  
كان في سن الخامسة ويمتدح مشافا  
اليه .. ١٠ .. واذا زادت هذه النسبة  
الى ٢٠ فان الشخص يمتدح بدنا  
واذا زادت من ذلك فانه يمتدح مفرطا  
في البدانة

وليس بالورثة  
كيف يستطيع الشخص المتدح  
الي حد ما ان يعرف ان وزنه قد  
تجاوز « الوزن المناسب » ؟

هناك طريقتان لتلك من ذلك ..  
اولا جدول الازن المناسب  
للطول والشخص من هذا التحقيق ..  
والطريقة الثانية لتلك انك من حزب  
اشجار الجيمز اسهل بكثير من  
الجدول والارقام .. حاول ان تملك  
جذلك كانه قمر نفسك في بطنة  
او في البيرة الملوي من اللزاج اسهل  
الكشف المبكر .. اذا وجدت ان  
اسمك تملك بكسلة من الجلد  
والطريقة هذه السطوح فانت  
رجل بدين .. وتستطيع ان تتأكد من  
ذلك أيضا بان تنظر الى نفسك في  
مرآة خارجية ترى مقدار بروز بطنة  
الي الخارج ..

ما هو السبب البشري للسمنة او  
زيادة الوزن ؟  
اكتبت ابحاثا ان السمنة ليست  
شيئا وراثيا .. وان وزنه لا يزداد  
يوما بعد يوم لان هناك غدا معينة  
في جسمك أنتل من غدا الشخص  
التحيف .. وحتى الآن لم نشر على  
اي عامل من عوامل الوراثة يثبت  
ان الاب التحيف يجب انشاء تحف  
او ان الاب البدنية يجب انشاء  
طرا وفيه هام ..

والذي يحدث فلا ان الناس  
يتناولون عادات الاكل من الاسراري  
تغذوا أيضا .. والابن الذي يحب  
الكثرة والاكلات كل يوم لابد انه  
ثائر بالوالد الذي كان يأكل الكثرة  
يوما أيضا .. كما ان الام التي  
تحرم من اعداد الطعام  
المناسبة لاسرتها تهيئ ابنتها لكي  
تأكل نفس الشيء عندما تتزوج ..

٣ مراحل

ولكن هذه كلها مراحل البنية  
وليس مراحل وراثية .. وقد اكتبت  
ابحاثا ان السبب الرئيسي والبشري  
في زيادة وزن الشخص ليس الوراثة  
في الاصل وحده .. وانما بوقت من  
مزاولة اية لعبة رياضية .. وهناك  
عدد كبير من الاشخاص يزداد وزنه  
يوما بعد يوم ليجد ان نشاطهم قد  
تفادى وليس لانهم يتناولون كميات  
كبيرة من الطعام ..

تعلت  
قيادة القوات البحرية والدفاع البحري  
عن قبول دفع من الصناع المشعور على الرضا الذي :

المخرج : طابرين .. علاء الدين .. كريمة .. مفرجة  
السنه : من ١٧ الى ٢٢ سنة  
السك : لا تقل عن ستة شهور  
المخرج : طابرين .. علاء الدين .. كريمة .. مفرجة  
المخرج : طابرين .. علاء الدين .. كريمة .. مفرجة

الشعور بالجوع  
وهذا التحقيق على التصديري  
على كل شيء .. ياله .. يخبره طوط  
اليوم .. ويرى على جميع الوان  
الطعام .. ونجس بسيطة تحت لنا  
ان الشخص الذي يتبع هذا النظام  
سوف نصف الطاعة الحرة التي  
ان يحصل عليها من طعامه من قبل  
فقط اذا كان الطعام في الرجم  
يؤد له ٣٠٠٠ سعر حراري في اليوم  
قانه بعد الرجم يستعمل فقط  
على ١٥٠٠ سعر حراري .. واذا  
استمرت هذه العملية لمدة شهر فان  
الشخص لابد ان يفتد حوالي ١٠  
من وزنه في الاسبوع .. واذا ابع  
الشخص هذه الصيغة لمدة شهورين  
قانه يفتد حوالي ٨ كيلو جرامات  
من وزنه ..

والا اوقات الشخص الاكل بهذا  
الطريقة فانتاقتصحه بالاسرار بهذا  
حتى يفتد حوالي ١٠ كيلو جرامات  
ويتمتع بسبح له بالتحريف تدريجا من  
تدريج الاكل حتى يعود الى تناول ثلثي  
او ٢/٣ اكله من قبل .. وهكذا  
تضمن ثبات وزنه المناسب ومنم  
زيادته ..

وكيف يطلب الشخص على الشعور  
بالجوع ؟

لقد اكتشفنا طريقة بسيطة  
« الاكل بين الوجبات » .. فقد  
اكتشف مديني الدكتور ماير علاقة  
بين الشعور بالجوع والتغذية نسبة  
السكر في الدم .. ومعنى ذلك ان  
الاشخاص يستطيع ان يطلب عسل  
الشعور بالجوع بان يأكل ٨ وجبات  
صغيرة في اليوم الواحد بدلا من ٣  
وجبات كبيرة كسيرة بشرط الا تزيد  
الوجبات الثاني على مجموع الوجبات  
الرئيسية الثلاث من ناحية كمية  
الطعام ..

ما هو دور الرياضة في طريقك  
للتخسيس ؟

لقد اكتشفنا طريقة بسيطة  
« الاكل بين الوجبات » .. فقد  
اكتشف مديني الدكتور ماير علاقة  
بين الشعور بالجوع والتغذية نسبة  
السكر في الدم .. ومعنى ذلك ان  
الاشخاص يستطيع ان يطلب عسل  
الشعور بالجوع بان يأكل ٨ وجبات  
صغيرة في اليوم الواحد بدلا من ٣  
وجبات كبيرة كسيرة بشرط الا تزيد  
الوجبات الثاني على مجموع الوجبات  
الرئيسية الثلاث من ناحية كمية  
الطعام ..



هل هناك حاجة لان يصرف  
الشخص القيمة الغذائية والسعر  
الحار لكل صنف ؟  
القليل من الملوحة يكفي .. ونحن  
نقول للشخص عادات من الطعام يولد  
حرارة تسمى بالسعر .. وانه اذا لم  
يستطع الشخص كمية الحرارة  
المولدة من الطعام في تلبية الجوع  
والحدوث والشيء غير ذلك من اوجه  
النشاط فان القدر الثاني من هذه  
الطاقة يتحول الى دمن ..  
والجرام الواحد من البروتين مثل  
اللحم او البيض او من الكربوهيدرات  
مثل الارز او البطاطس يولد ٤ سعر  
حراري .. بينما الجرام الواحد من  
الدمن مثل الزيت والسمن يولد ٩  
سعر حراري .. والجرام الواحد من  
الكحول يولد ٧ سعر حراري ..  
ونحن لا نطلب من الرضي ان يحفظ  
تألفه السحر الحراري لكل صنف  
انما نطلب منه ان يطبخ الى ان  
شرب اياه كمية من الماء لا تزيد  
تدري من الطاقة ولا تؤثر في وزنه ..  
ونقول له ايضا ان الخضراوات ذات  
الالياف تملأ البطن اقل انواع  
الطعام التي تملأ طاقة حرارية وان

في الفهم الصناعي :  
لا في الكثرة الوضعية :

هل أنت شجرة جيمز ؟	هل أنت رفيعه هائم ؟	المرأة العريضة	المرأة المتوسطة	المرأة الخفيفة	الطول
١٥٥ سم	١٥٥ سم	٦٥-٧٠	٥٥-٦٠	٤٥-٥٠	١٥٥ سم
١٦٠ سم	١٦٠ سم	٧٠-٧٥	٦٠-٦٥	٥٠-٥٥	١٦٠ سم
١٧٠ سم	١٧٠ سم	٧٥-٨٠	٦٥-٧٠	٥٥-٦٠	١٧٠ سم
١٧٥ سم	١٧٥ سم	٨٠-٨٥	٧٠-٧٥	٦٠-٦٥	١٧٥ سم
١٨٠ سم	١٨٠ سم	٨٥-٩٠	٧٥-٨٠	٦٥-٧٠	١٨٠ سم

تستطيع الفتاة التي يبلغ سنها بين ١٨ و ٢٥ سنة ان تحسب وزنها  
الناسب بان تنظر ١/٢ كيلو من كل مئة اقل من سن ال ٢٥ ..

انها تملك دورا كبيرا وهاما ايضا  
في قديم دواية عدد كبير من الامراض  
السيخانية بالرغم البنية لطيفة  
وطايات احدى الكليات وهم يسبحون  
ولميسون الفول يول اكتشفنا ان  
التيان والفتيات البدينات لا يتحركن  
ينفس نشاط الشبان النحفاء .. في  
حمام السباحة كن انساب البدين  
يكثي بالنظر فوق سطح الماء ولا  
يملك جيمز كثيرا .. وتختلف النسبة  
كانت الفتاة البدينة لا ترحل نفسها  
في القف او الحركه وانما كانت تقف  
حتى قاني الكثرة عندما ..

اعنت القاية الهامة  
للخدمات الاجتماعية قاموس  
- عربي - انجليزي عن  
المصطلحات النفسية  
والعالمية .. يقع في ٤٠٠  
صفحة مع شرح الكلمات  
باللغتين العربية والانجليزية

## ماذا جرى للنقابيين

الامة العربية تمر بفترة هامة من تاريخ نفسها  
الوطني صعدوا الاستعمار بفترة هامة فسد  
التحدي والاضرابات .. هذه الفترة تحتاج الى عين  
مفتوحة من القادة القادرين ليعرفوا أهمية الدور التي  
يا ترقى ؟

كنت اتمنى ان تتحول  
النقابيات الى خلايا وطنية  
تتلقى فيها القادة الثاقبة  
العملية في خوض هذه  
الامارة .. وتسلحونها بها  
بالادخار وقاومة الاسراف  
الكفاية الانشائية وزيادة  
الانشاج .. وانصص  
التعاون الفدرية ..  
وتفويها الى طاقة وطنية  
خلاقة ..

ولكن اذكر اني مرما بين  
النقابيات والنقابيات  
الامة من اجل ترويض  
الانحراف .. وانصص  
خداة بين القيادات ..  
التيان الفدرية ..  
ويمنع من تسخيرها الى  
القيادات القارية المتقدمة  
وتعبر ان هذه القيادات  
في القوة السطرية التي  
تحت الطريق امام القاديين  
الجدد .. فاذا كان هناك  
خطا من بعض الوجوه  
الجديدة .. فهذا خطا  
في الحقيقة .. لايس جوهر  
الحياة القارية ..  
ومرة اخرى اقول ماذا  
يرى للنقابيين ..

ان البلدان مفتوح لكل  
تقاء تقابيل وولني بين  
القادة والقائمة .. فليلا  
من السلف من التناقضات  
الجدلة .. ومع اجل السلام  
لندرك جميعا أهمية الفترة  
التاريخية .. في حياة امنا  
البرية .. فترة الصدى  
وقدع مؤامرات الاسرار  
والصدى لكشف مؤامرات  
الاستعمار امام جاحر  
الامال ..

محمد الليثي

مسكر تقال تربيع  
للمتقنين العماليين  
بيورسعيد  
بنا المسكر الصبر  
بيورسعيد للمنتخب  
المسكبين والمسل  
بالقصة التمسك  
المالية .. يستقبل  
الدقة الثانية .. تيم  
الدقة ١٠ ايام في قلم  
التقني الترميز يرفعه  
المسكر التقني المرم  
حتى محمد حتى ..

مؤتمر تقال لملائش  
تتريبات العمل  
اعنت الثقة العسا  
لعمال التاجم والخاص  
واليترو مؤتمرا يفتد  
الاسبوع الاول من اكو  
العمل ..

مؤتمر تقال لملائش  
تتريبات العمل  
اعنت الثقة العسا  
لعمال التاجم والخاص  
واليترو مؤتمرا يفتد  
الاسبوع الاول من اكو  
العمل ..

مؤتمر الكفارية الاجتماعية لمر ان الكفارية  
تقدم القاية الهامة لعمال المرافق العامة ووزارة القوى الكفارية مؤتمرا  
من الكفاية الاجتماعية في قطاع الكفارية يشترك في المؤتمر الدكتور مؤتمرا  
وانور سلامة وعلى سبيطوك كمال الحاروي  
والتي تصور حد التتم  
رئيس القاية كمة المال  
من الكفاية الاجتماعية  
في قطاع الكفارية .. كما  
تستألف لجلسات المؤتمر  
مع الادارة في تحقيق الكفاية  
مشروعة .. كما يبحث على  
سبيل من المصروفات في  
الكفارية وتوزيع القاية  
الكفارية والسائل المالية  
النظيم القاري .. او الى

مؤتمر الكفارية الاجتماعية لمر ان الكفارية  
تقدم القاية الهامة لعمال المرافق العامة ووزارة القوى الكفارية مؤتمرا  
من الكفاية الاجتماعية في قطاع الكفارية يشترك في المؤتمر الدكتور مؤتمرا  
وانور سلامة وعلى سبيطوك كمال الحاروي  
والتي تصور حد التتم  
رئيس القاية كمة المال  
من الكفاية الاجتماعية  
في قطاع الكفارية .. كما  
تستألف لجلسات المؤتمر  
مع الادارة في تحقيق الكفاية  
مشروعة .. كما يبحث على  
سبيل من المصروفات في  
الكفارية وتوزيع القاية  
الكفارية والسائل المالية  
النظيم القاري .. او الى

مؤتمر الكفارية الاجتماعية لمر ان الكفارية  
تقدم القاية الهامة لعمال المرافق العامة ووزارة القوى الكفارية مؤتمرا  
من الكفاية الاجتماعية في قطاع الكفارية يشترك في المؤتمر الدكتور مؤتمرا  
وانور سلامة وعلى سبيطوك كمال الحاروي  
والتي تصور حد التتم  
رئيس القاية كمة المال  
من الكفاية الاجتماعية  
في قطاع الكفارية .. كما  
تستألف لجلسات المؤتمر  
مع الادارة في تحقيق الكفاية  
مشروعة .. كما يبحث على  
سبيل من المصروفات في  
الكفارية وتوزيع القاية  
الكفارية والسائل المالية  
النظيم القاري .. او الى











## قراءات

حبيب من أجل... للحمام...  
@ ان العلماء السوفييت استطاعوا  
بعد تجارب عديدة ان يولدوا الحياة  
للكثير من الكلاب والقطر بعد موتها  
بعد ساعات... وهم يقومون الآن  
بتجارب لاعداد الحياة للانسان !  
@ انه عندما قضيت (رقصة  
الفانس) لأول مرة في عام ١٨٥٠  
التي كانت من التمس باسم  
(حديقة الموت) وذلك لتسبب التي  
كان يصيب الذين يقومون برقصها !  
@ ان مدن أوروبا عموما ولدت  
بالذات تعاني من ازدياد عدد الحمام  
الموجود بها وتشكو من كثرة في  
مباديتها الرئيسية وتطلبه للبرود  
.. وقد اقترح على أن ذلك الطيب  
البيطري الإنجليزي ماتي لارود  
اعطاء تلك الحمام وسط طعمها  
(حبيب من أجل) .. وهذه  
الحبوب تمنع الحمام من وضع بيض  
قابل للفقس !



@ ان بيوت المتقاعل سكنون  
أصبح كثير من البيوت الصغيرة  
ولذلك يعمل أصحابها للتدوير مع  
العلماء الآن على اخراج غرف كاملة  
تدخل قطع أثاثها عند عدم استعمال  
في الجدران لتتسع للحال لاستعمال  
الغرف في احتياجات مختلفة !

ليلي الطلو

\*\*\*\*\*



# فيلسوف.. وقائع

## كيف تنصرفين لم ينجح ابنك في الامتحان؟

تنتج الامتحانات تظهر هذه الايام... ومع ظهور النتائج تظهر الامتصاصات او تختفي... ويدخل  
الفرح البهوت او يخرج منها... وتبرز امام الاباء الذين لم يسعدوا انجاحهم بالانجاح علامات  
استفهام كثيرة... كيف يعملون الاولاد... وتنتابهم الحيرة !؟

هل يعملونهم على الرسوب بعزمهم من الصروف او يراهم التزموا او للامباليا المصايف مثلا... هل يعملونهم  
كأنهم اذقوا في حق التفهم... وحق اسرهم وحق بلادهم... ام يسعون الصفا في الوسط فيفتحون الابناء حق  
الاستمتاع باجازاتهم... وفي نفس الوقت يفرغون عليهم تقاعدا ميثاقا للذاكرة... حتى ان الاجابة...  
وجهت (أخبار اليوم) هذه الاسئلة الى مجموعة من الاخصائين في التربية والتعليم عندما... وقد اختلفوا اختلافا  
عليا في الطريقة التي ترجحها كل منهم ليعمل بها الوالدين ابناهم والرسوب ولكنهم اتفقا جميعا على نقطتين هامتين :

١ - ان التنبيه والتأنيب الشديد  
على الرسوب كلها اشياء تأتي بنتيجة  
عكسية... فهي تسبب الغفلة النفسية  
للطالب او التلبس وتحمسه بكم  
العلم والدروس بدلا من ان تحبسه  
فيه...  
٢ - ان اول شيء يجب ان يفعله  
الوالدان عند رسوب ابنهما هو البحث  
عن سبب رسوبه... فقد يكون  
السبب مرضا طارئا اصاب الابن  
اثناء السنة الدراسية... وهنا يجب  
ايقاف الابن والرسوب تماما... وقد يكون  
السبب هو عدم قدرة التلميذ على  
مراعاة الدراسة المقررة عليه بسبب  
ضعف ذنني يعاني منه او بسبب  
عدم ميله له... وهنا يجب ان  
يدرس الابن حقيقة قدرة الابن ويوجهه  
ويوجهه اذا لزم الامر توجيها اخر  
... فقد يكون الابن غير مبال او غير  
قادر على دراسة الطب او الهندسة  
ولكنه يتفوق في دراسة الرسم او  
الحلوت او أي هواية اخرى يحبها  
استثمارها...  
وقد يكون التاجين... ويصحبهم معه  
كل التجهيزات والى الصيد ولكنهم  
كل الفرص لابناءهم عدم رضاه عن  
رسوبه ومن شياخ سنة من حياته  
وفي نفس الوقت يجب على الاباء  
ان يحاولوا كسب ثقة ابنهم  
ومصيرهم... ذلك لان الثقة لثباته  
والحب والتبادل بين الابناء والاباء يجعل  
الابناء يبدلون مجهودا اكبر لارضاء  
الوالدين... ينشأ توتر في الشدة الى  
المكسب...  
تقوم السلوك

وقال عبد الحميد بنر ناظر مدرسة  
الايام الثانوية للبنين :  
- أهم شيء يجب ان يدركه الاباء  
هو واجبه من تقويم الابناء...  
وذلك لا يكون عن طريق الشدة !  
وانما عن طريق اشغال الابن بالرسوب  
بالشدة والاهتمام بالانوار التي تسود  
عليه بضياء سنة من حياته وتشجيعه  
على الاستمرار بتقديم المواد التي تسبب  
فيها له بصورة جيدة الى نفسه  
وفي نفس الوقت يجب ان يصر  
الاباء انهم الراسب انهم متقاعل  
لرسوبه وان هذا يدفعهم الى عدم  
الاستجابة الى طلباته بسهولة... فاذا  
طلب الابن مثلا بدلة جديدة قبل له  
لو كنت تفتح كذا اشترينا  
لك... او عندما تفتح في المنام  
القدم ستخرج لك راحة... فنهذه  
الطريقة لا تفسد الابن ياله مثيرود  
او مضمطيد... وفي نفس الوقت  
تكون سائرا للتجارب...  
الفشل بداية النجاح  
وقالت الدكتورة منيرة حليمي  
استاذة علم النفس بجامعة عين شمس:

أحدث ما ظهر من  
أزياء للشاطيء هو  
الاشارة البكيني  
المصنوع من  
القماش القطن  
لحمايات الشمس  
ومما برزت جاكيت من نفس القماش  
الايام للاستحمام في البحر فقد ظهر  
الايام الاستحمام في البحر فقد ظهر  
جلد النمر !  
تقوم السلوك

وقال عبد الحميد بنر ناظر مدرسة  
الايام الثانوية للبنين :  
- أهم شيء يجب ان يدركه الاباء  
هو واجبه من تقويم الابناء...  
وذلك لا يكون عن طريق الشدة !  
وانما عن طريق اشغال الابن بالرسوب  
بالشدة والاهتمام بالانوار التي تسود  
عليه بضياء سنة من حياته وتشجيعه  
على الاستمرار بتقديم المواد التي تسبب  
فيها له بصورة جيدة الى نفسه  
وفي نفس الوقت يجب ان يصر  
الاباء انهم الراسب انهم متقاعل  
لرسوبه وان هذا يدفعهم الى عدم  
الاستجابة الى طلباته بسهولة... فاذا  
طلب الابن مثلا بدلة جديدة قبل له  
لو كنت تفتح كذا اشترينا  
لك... او عندما تفتح في المنام  
القدم ستخرج لك راحة... فنهذه  
الطريقة لا تفسد الابن ياله مثيرود  
او مضمطيد... وفي نفس الوقت  
تكون سائرا للتجارب...  
الفشل بداية النجاح  
وقالت الدكتورة منيرة حليمي  
استاذة علم النفس بجامعة عين شمس:

أحدث ما ظهر من  
أزياء للشاطيء هو  
الاشارة البكيني  
المصنوع من  
القماش القطن  
لحمايات الشمس  
ومما برزت جاكيت من نفس القماش  
الايام للاستحمام في البحر فقد ظهر  
الايام الاستحمام في البحر فقد ظهر  
جلد النمر !  
تقوم السلوك

أحدث ما ظهر من  
أزياء للشاطيء هو  
الاشارة البكيني  
المصنوع من  
القماش القطن  
لحمايات الشمس  
ومما برزت جاكيت من نفس القماش  
الايام للاستحمام في البحر فقد ظهر  
الايام الاستحمام في البحر فقد ظهر  
جلد النمر !  
تقوم السلوك

أحدث ما ظهر من  
أزياء للشاطيء هو  
الاشارة البكيني  
المصنوع من  
القماش القطن  
لحمايات الشمس  
ومما برزت جاكيت من نفس القماش  
الايام للاستحمام في البحر فقد ظهر  
الايام الاستحمام في البحر فقد ظهر  
جلد النمر !  
تقوم السلوك

أحدث ما ظهر من  
أزياء للشاطيء هو  
الاشارة البكيني  
المصنوع من  
القماش القطن  
لحمايات الشمس  
ومما برزت جاكيت من نفس القماش  
الايام للاستحمام في البحر فقد ظهر  
الايام الاستحمام في البحر فقد ظهر  
جلد النمر !  
تقوم السلوك

أحدث ما ظهر من  
أزياء للشاطيء هو  
الاشارة البكيني  
المصنوع من  
القماش القطن  
لحمايات الشمس  
ومما برزت جاكيت من نفس القماش  
الايام للاستحمام في البحر فقد ظهر  
الايام الاستحمام في البحر فقد ظهر  
جلد النمر !  
تقوم السلوك

أحدث ما ظهر من  
أزياء للشاطيء هو  
الاشارة البكيني  
المصنوع من  
القماش القطن  
لحمايات الشمس  
ومما برزت جاكيت من نفس القماش  
الايام للاستحمام في البحر فقد ظهر  
الايام الاستحمام في البحر فقد ظهر  
جلد النمر !  
تقوم السلوك

أحدث ما ظهر من  
أزياء للشاطيء هو  
الاشارة البكيني  
المصنوع من  
القماش القطن  
لحمايات الشمس  
ومما برزت جاكيت من نفس القماش  
الايام للاستحمام في البحر فقد ظهر  
الايام الاستحمام في البحر فقد ظهر  
جلد النمر !  
تقوم السلوك

## الهيئة العامة للتأمين الصحي

بالاسكندرية

بإدارة الهيئة العامة للتأمين الصحي فرع الإسكندرية انتم نعلمون  
أنها على وشك تنفيذ قانون التأمين الصحي على موظفي  
عمال الحكومة والهيئات العامة والمؤسسات خدالة الأرباب القليلة  
القادرة، وقد قام فرع الهيئة منذ أكثر من شهر بإرسال طلبات لكافة  
من السادة المتقاعلين بالقانون للتحضير لاستلام بطاقة التأمين  
الخاصة به والتي أعدها فرع الهيئة وبدأ التوزيع فعلا منذ شهر.  
كما قامت الهيئة بالتعاون مع الأطباء المحامين الذين يعملون بمجال  
المتقاعلين بالقانون في مكان السكن كقامت بتجهيز المساكن لشاملة  
والمرتبة على أقسام المدينة وسجلت بها أفراد في جميع الفروع كما  
تعاقدت مع جميع صلاحيات المدينة لخدمة الدوا للمتقاعلين بالقانون  
من أي صيدلية. وحتى تتمكن من بدء التنفيذ صرح فرع الهيئة السادة  
المتقاعلين بالقانون بضرورة الحضور لاستلام بطاقتهم من الجهات  
المحددة لهم في الخطة وهي كالآتي:

مكان قسم المناهج	عبد الله النقاش	شجاع السيد محمد كريم
المكان - الحرك - الخلية	مدرسة كرموز الإبداعية	شجاع السيد محمد كريم
مكان قسم كرموز	مدرسة كرموز الإبداعية	شجاع السيد محمد كريم
مكان قسم المناهج	مدرسة كرموز الإبداعية	شجاع السيد محمد كريم
مكان قسم المناهج	مدرسة كرموز الإبداعية	شجاع السيد محمد كريم
مكان قسم المناهج	مدرسة كرموز الإبداعية	شجاع السيد محمد كريم
مكان قسم المناهج	مدرسة كرموز الإبداعية	شجاع السيد محمد كريم
مكان قسم المناهج	مدرسة كرموز الإبداعية	شجاع السيد محمد كريم
مكان قسم المناهج	مدرسة كرموز الإبداعية	شجاع السيد محمد كريم
مكان قسم المناهج	مدرسة كرموز الإبداعية	شجاع السيد محمد كريم

وتستمر عملية تسليم البطاقات يوميات الساعة الساعة الساعة صباحا الى  
الساعة مساء، ويوصى فرع الهيئة بمنح لم يتمكن من استلام بطاقة  
لدى سبب الاتصال بمقرها بمسألة تسليم بطاقة ٢٤٤٨٨.  
ويستمر توزيع البطاقات بالاماكن المذكورة حتى يوم ١٩ يوليو ١٩٦٥  
وتوجه السادة المتقاعلين معاوترا في الاستمرار هذه المرحلة  
حتى يتمكنوا من تقديم العلاج للمتقاعلين.

## بالأرقام

يقول بعض من اللغات المختلفة  
أن عدد اللغات المستخدمة في العالم  
يبلغ ٥٠٠ لغة ولكن ٥٠ فقط  
من هذه اللغات يمكن كتابتها. ويقول  
نفس البحث ان الكتابة تعتبر اختراع  
حديثا لانها بدأت منذ ٥٠٠٠ سنة  
فقط. وان الانسان كان فيا قبل  
التاريخ يستخدم الاشارات كلفظ  
أن يعرف الكلام... وقد دلت  
الاصناف والدراسات التي اجريت  
في هذا المجال على أن هناك مايزيد  
من ٧٠ ألف اشارة يستخدمها الانسان  
لتعريف عن طريق الألف واللام  
والوجه وتؤدي الى التفاهم دون اللجوء  
الى الحديث !

## حتى لا تتعرض لأخطار البحر



إذا كنت متعبا أو مريضا أو بوشك  
منك بالطعام...  
إذا كنت متعبا أو مريضا أو بوشك  
منك بالطعام...  
إذا كنت متعبا أو مريضا أو بوشك  
منك بالطعام...

## لماذا تدخن المرأة؟

في احصائية عن التدخين قام بها  
عدد من طلبة جامعة القاهرة انشأوا  
السيدات اللاتي يخضن السجائر في  
المان يزيدا بينا يتفحص بشكل  
واضح عدد التدخين من الايام...  
وقد ارجع الباحثون نفس عدد  
التدخين من الايام الى فهم وادراك  
علم الفقة لاضرار التدخين على الصحة  
... بينما ارجعوا زيادة التدخين بين  
السيدات الى ازول اثاره في ميدان  
العمل واهتمامها في القيام بأعمال  
البيت وأعمال الوظيفية في وقت واحد  
وقد حذر الأطباء بتدخين هذه  
السيدات من احسن أنواع الرياضة للجسم... فهي كالتي تتحرك جميع  
عضلاته... ولكن الاحصائية تقول ان حوالي ٥٠٪ من شخص يفرقون كل صيف  
اما بسبب الجهل بقواعد السباحة واصولها... واما بسبب الجسافة  
والقفرة والسباحة لساعات طويلة دون استعداد...  
ولذلك خرجت جمعية الصليب الاحمر بشرة جات فيها النصائح التالية :

● لاتنزل الى البحر الا اذا كنت  
في حالة صحية جيدة... ولا تعتمد  
على (جلد البحر) فقد يفقد  
نفاذ وقيل ان تدري...  
● لاتنس نفسك اذا كنت تجيد  
السباحة وتجنب ساعات طويلة دون  
أن يكون معك رفيق او مدبر يجيد  
السباحة ويستطيع ان يتصرف بسرعة  
ولاباة اذا تعرضت لاي خطر، والذكر  
دائما التل الذي يقول (ما يفرق  
الا الشاطئ) فالاحصائيات تؤكد ان  
الجزء الاكبر من الذين يفرقون كل  
عام يكونون من مجيدي السباحة...  
وذلك لان الذين لا يجيدون السباحة  
في العادة لا يمارسون بانفسهم بل  
ويحرمون الاباء الذين يتولون ايها !!  
اذا كنت لا تعرف المكان الذي  
ستسبح فيه فلا تتردد في ان تسأل

## هيئة الإذاعة والموسيقى - برنامج هذا الاسبوع

الوقت	الاسكندرية	الاسكندرية	الاسكندرية	الاسكندرية	الاسكندرية	الاسكندرية	الاسكندرية	الاسكندرية	الاسكندرية
٨١٧١٨	٧٨٥٤٩	٨٤٩٥٦٦	٢٨٧٣٠	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨
٨١٧١٨	٧٨٥٤٩	٨٤٩٥٦٦	٢٨٧٣٠	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨
٨١٧١٨	٧٨٥٤٩	٨٤٩٥٦٦	٢٨٧٣٠	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨
٨١٧١٨	٧٨٥٤٩	٨٤٩٥٦٦	٢٨٧٣٠	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨
٨١٧١٨	٧٨٥٤٩	٨٤٩٥٦٦	٢٨٧٣٠	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨
٨١٧١٨	٧٨٥٤٩	٨٤٩٥٦٦	٢٨٧٣٠	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨
٨١٧١٨	٧٨٥٤٩	٨٤٩٥٦٦	٢٨٧٣٠	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨
٨١٧١٨	٧٨٥٤٩	٨٤٩٥٦٦	٢٨٧٣٠	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨
٨١٧١٨	٧٨٥٤٩	٨٤٩٥٦٦	٢٨٧٣٠	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨	٧٢٩٣٨

هذه امثلة لبعض

## الموقف السياسي

بعد ١٣ سنة

بعد أيام تنتهي السنة الثالثة عشرة من عمر ثورتنا ونبدأ عملاً الرابع عشر. ولم يحدث في تاريخ ثورة مصر ثورات العالم أن حققت في هذه المدة ما حققته، ولا قابلت من الأزمات والعواصف ما صادفها. ومع ذلك فأننا وضعنا مقارنته بين التي كسبناها، والتي قمناها، نجد أن انتصاراتنا أكبر كثيراً من التضحيات التي قمناها. فان الجزائر مثلاً حصلت على استقلالها بعد أن قمت المليونين شهيد، والثورة الشيوعية حققت انتصارها بعد أن ضحت بحياة خمسة ملايين من البشر. والثورة الفرنسية قطعت رؤوساً بريئة عديدة قبل أن تحقق مبادئ الأخاء والحرية والمساواة. ولكن ثورتنا المصرية العربية صنعت بالحب والتسامح وتحالف القوى الشعب أضعاف ما صنعتها القسوة أو المشقة أو حرب الطبقات.

ولقد أثبت شعبنا في هذه السنوات أنه جدير بهذه المعاملة السخية، فقد خاض كل هذه المعارك صفاً واحداً قلباً واحداً وإرادة واحدة. وعندما احتلت جيوش القزاة يورسعيد لم تجد مصرياً واحداً يتعاون معها، في حين أنه عندما دخلت جيوش النازي فرنسا وهولندا وبلجيكا وغيرها من بلاد العالم وجست الذين يتعاونون مع العدو، واقيمت بعد الحرب العالية الثانية محاكمات عديدة للذين تعاونوا مع الأعداء. أما في بلادنا فلم يحدث أن تعاون شخص مصري واحد مع العدو في أثناء معركته العوان. وهذه شهادة جديرة بأن تسجل لهذا الشعب الذي وقف هذا الموقف البطال لأخوفاً من القسوة أو المشقة، أو رصاص الأعداء، وإثباتاً إيماناً بهذه الثورة، وبقادتها، وبمبادئها، وبحق هذه الأمة في أن تتحرر من القزاة والطغاة وفي جميع التغيرات الاجتماعية التي أحدثتها الثورة لم يحدث مرة واحدة أن قام أحد هذه الأجراء، ولم يحدث مرة واحدة أن أطلقوا رصاصة، أو تدخلت قوة لتفرض النظام الجديد.

وهذا أمر يستحق التسجيل في تاريخ الثورات في العالم. وهو يدل على قوة هذه الثورة، وعلى أن الثغاف الملايين حولها، جعلها ليست في حاجة إلى أن تستعمل البطش أو العنف أو ترقيق نقطة دم واحدة لتثبيت مبادئها أو تشييق الطريق إلى أهدافها. وميزة هامة لهذه الثورة... إنها لا تريد أن تعيش على انتصاراتها الماضية. أن في إمكانها أن تعيش مائة سنة على هذه المبادئ التي حققتها في الجلاء، وفي الانتصار على العدوان وفي الاشتراكية، وفي تحرير العمال والفلاح.

ولكننا نتجه دائماً إلى المستقبل. تريد متغيرات أكبر. تحلم بانتصارات أضخم. تهدف إلى حياة جديدة لهذا الجيل، وللأجيال التي تلي، من بعدنا. وهي من أجل هذا تهتم بالبناء الداخلي، فهو القاعدة الأساسية لكل هذا الإنطلاق العظيم، وكلما قويت هذه القاعدة استطاعت أن تصمد للاموارث الخارجية والتأورات الاستعمارية، وأمكنها أن تضع خططاً واضحة لمستقبل سعيد.

مصطفى أمين



### المطرقة الجديدة في يد الاستعمار ؟

تفكر ح تكسر رأسه هو... والا داس الى داح نضربهم بها ؟

## ثورتنا.. لماذا انجحت.. ولماذا نخفل بها ؟

تنظيم جماهير الشعب وتنوعه.. بجدد الثورة وموسم آفاق عملها

لماذا نخفل في شهر يوليو كل عام بعيد جديد من أعياد الثورة ؟ ولماذا يتوقع الناس دائماً مع هذه الاحتفالات حدوث تطورات جديدة في حياتنا الاجتماعية ؟ وماذا يمكن أن تقدمه الثورة من أعمال جديدة في حياتنا ؟ وماذا تحتاج الثورة لكي تتجدد وتستمر وتمتد إلى آفاق أوسع

أن الاحتفال بعيد الثورة في شهر يوليو من كل عام ليس مجرد احتفال بمناسبة قومية أو وطنية، وليس مجرد تذكير تاريخي لحدث هام وقع في بلادنا... إنه أهم من ذلك احتفال بحياتنا الثورية الجديدة والمتجددة التي بدأت منذ يوليو سنة ١٩٥٢ بقيادة جمال عبد الناصر واستمرت تصنع في كل عام تطوراتاً جديدة في حياة الشعب والوطن. وفي حياة الإنسانية كلها... والتي كانت في تطوراتها المستمرة تقدم بهذه الحياة خطوات فسيحة إلى الأمام.

مصلح الشعوب ولقد شهدت الإنسانية في عصورها التاريخية ثورات عديدة نقلت المجتمعات البشرية من مرحلة متخلفة إلى مرحلة أكثر تقدماً.

ولكنها كانت في معظم الحالات ثورات تبادلية وتنتهي وتنكسر بعدما أوضاع اجتماعية قديمة وتتحطم فيها طبقة معينة من طبقات المجتمع، هي تارة طبقة الاقطاعيين، وتارة أخرى طبقة الرأسماليين.

وقد يبدو غريباً جداً أن الثورات الاجتماعية والوطنية والاشتراكية في التاريخ الحديث أدت إلى قيام الأنظمة الاشتراكية التي تطورت فيها بعداً لنظام استعماري وإمبراطوري، كسقوط الإمبراطورية العثمانية واستمرار موروثها في قارات أفريقيا وآسيا وأمريكا الجنوبية، وقد يكون السبب في تطور هذه الثورات إلى هذه النهايات الأخيرة هو أنها كانت تستهدف في الأصل منتهى طبقة اجتماعية واحدة، ولم تكن تستهدف مصالح الشعوب والانسانية ككل واحد.

ثورة مستمرة أن الفروقات والأوضاع الاجتماعية التي أوجدتها الثورات الاشتراكية والإمبراطورية في العالم قد تلتفت ولا تزال تلتفت حتى الآن في مستمرة للتناحر على هذه الفروقات والأوضاع حيناً كانت وفي أي شكل من أشكال القومية والجددية. هذه الثورة الجديدة المستمرة التي تحدث الآن في أجزاء عديدة من العالم كله تمثل فيها ثورة يوليو سنة ١٩٥٢ قوة وطنية، واعدة استطاعت أن تثبت تكن التجارب التي خاضتها وكل المواقف التي وقفتها سواء في نطاقها الوطني أو القومي أو العالمي، وأصبحت قوتها من القوى المهيمنة والقوية في العالم، وما يتبعها من التسامح والهدوء الثوري الكبير المبدول للقضاء على نظم الاستعمار والإمبراطورية والاستغلال الرأسمالي وتصفيتهما من المجتمعات البشرية.

تعديلات جديدة على التعريفات الجبركية قرر إدخال تعديلات جديدة على التعريفات الجبركية لتحقيق الاشتراكية في شؤون الجسد وحفظ حقوق الفئات العامة. مرجح بذلك من قبل وقال أن الجهات المختصة أعدت تقريراً نحو ما من تطوير المبدأ في القطة الخمسة الأولى.

محمد زكي عبد القادر

### أنوار كشافه

أعادت حكومة البعث الماسروس المصيري ٥٠ كومن... لأنه كان يمتد لاسرائيل عن طريق اذاعة دمشق الرسمية بأخبار سوريا بجيشها وبلجيكا ويتجسس على العرب ويبلغ اسرائيل أخبارهم وأحوالهم.

وما نسله كرمين كرمه الآن اذاعة البعثية ومستمرون من الحكم في العاصم السورية.

كل أسرار الجيوش السورية والقيادة الوحيدة ومشروعات استثمار وولاء نهر الأردن.

بكتها غالبية المستوطنين عن الصفح البشعة في لبنان وسوريا بعد أن سمح لهم بغزو الإحتلالات العسكرية.

كافة كاشف، في الوفد الرسمي السوري.

وما نسله كرمين هو نسلهم على الشرف في صفحة البعث.

ولقد انس كرمين بين الحالية العربي في أمريكا اللاتينية قريب الشعب العربي في سوريا وزعمائه.

عربي يتكلم باسم العرب ويدافع عن مصالحهم بين عرب المظهر.

مصريي الجنسية والمهنية... وحر - أي كرمين - عز لعداء العرب ويظن القسمايا العربية ويخون العرب في مقاسمهم وأعمالهم وأمانهم.

والبعض يكرر خطرات كرمين.

الوجه العربي ظاهرياً بينما الحقيقة مختلفة تماماً... حرم على الدول العربية المتقدمة... الدول الرائدة حرم على الاشتراكية... حرم على الرأسمالية... حرم على الديمقراطية... حرم على الديمقراطية... حرم على الديمقراطية...

وإذا كان كرمين يدين هذه الأعمال لأنه جاسوس ولاه خائن مانهاك أكثر من كرمين وسط صلفوف العرب... ومن سوء الحظ أنهم من العرب.

وإذا كان كرمين الصهيوني ماح، فإن أكثر من كرمين لا يزال يعيش في صفح العرب.

وإذا كانت هناك شهادة وفاة وسيرة قد صدرت لبنان وفدا كرمين سوريا يبرهن أن حزب البعث قد فان العرب في كرمين، وفي داخل بلادهم لم يحد شهادة وسيرة يرون حتى الآن.

للاجواب ثبوت علما تفقد في كل يوم أسياراً، وعندما لاقتهم ألبها دماء جديدة ووجوه جديدة وأعضاء جدد.

ولقد امتح الشباب العربي في كل مكان - حتى في سوريا - عن الانضمام للبعث لأن الناس يعرفون أن هذا الحزب قسما التي بعد أن تترك لأهداف التي أعلنها يوماً ويغونها كزيم.

وإذا كان الصهيونيون قد حاولوا سرقة جثة كرمين من دمشق ليصلوا إليها على أيب، فإنهم لن يفلحوا لأنها سرقة الكهانة، الذين يجلسون في كراس الحكم في دمشق بل أنهم يسلون لهم كل يومين قبل أن يعرف لهم بطول اليد.

١١

## السياسة

٣١ مليون جنيه للتأمين على آثار ثورة قبل نقلها إلى مصر اليابان في عدة

يبدأ في أول أغسطس شحن ٤٥ قطة نادرة من آثار الثورة إلى اليابان لتعرض في المدن الرئيسية لمدة أربعة أشهر أغسطس - بين هذه التحف قطع الذهب وسيفه وسيفه جده على عرشه. ستحتل هذه التحف في عدة طائرات طائرة واحدة قد يقع لها حادث. ثم التأمين على هذه التحف ٣١ مليون جنيه من الجنيهات اليابانية. وتقدرها هذه الآثار التحف المصرية. وبذلك اتفق بين جريدة أساهي اليابانية التي تملك المرض وعملته الأثر. وقع من الجريدة مستر ايتا. مدير التأمين التقاضي بها والدكتور محمد مهدي مدير مصلحة الآثار. قدرت الجريدة عدد الناس الذين سيرون العرض بـ ١٠٠ مليون شخصي والإيراد سيخصص لأعمال مصر.

كانت جريدة أساهي... وتوزعها ٨ ملايين نسخة. قد طبع نقل جثمان نوت غنغ آمون نفسه ولكن مصلحة الآثار انتدعت عن ذلك واكتفت بالواقعة على نقل قطع أخرى.

واقف الدكتور عزت سلامة وزير الآثار.

الكبير طرأ على سحر عمل الجاني.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.

في ملهم.

الوقت المصور لميل الجاني.































\_\_\_\_\_